

# BODY WORK



森ヨガ

10:30~11:30  
14:00~15:00  
(各1, 200円)

カーデリーディング  
12:00~(1分100円~)

全身ゆる(2,000円)

15分 元気活性化

全身ゆるPlus1(3,000円)

25分 元気活性化+症状の改善



# 「外であそぼ、!!」私たちの想い

外に飛び出せば、子どもは大人が教えないでも五感をフルに使って、花や石から遊びを生み出します。

子どもは遊びの中から想像力や生きる知恵、自己肯定感を自ら育んでいくのです。

私たち大人にできることは、子どもが遊びきることができる場所や時間を保障し、共に遊ぶこと。

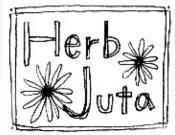
「ママもパパも、一緒に外であそぼっ！！」

# FOOD

## FOOD



PIZZA



クベリーンカレー



手作りおやつ



無添加かわい葉子

umicafe DONA

## SHOP &

## WORK SHOP



虫よけスプレー作り  
痒み緩和ジェル作り  
(各600円)



万華鏡作り  
(1コ300円)



簡単出汁取り講座  
(参加費300円)



ふわふわヘアゴム作り  
(1回100円)

## TALK LIVE 青くるおやじの子育て論

12:00~13:00

真っ向勝負で子育て真っ最中の青くる父ちゃんたちの、青空談義。

## MUSIC



くるくるコンサート  
13:00~13:30

シンガーソングライター nami

北条から  
ヤギ(しばちゃん)と、  
ポニー(リトルちゃん)  
が遊びに来てくれます。  
※雨に弱く、雨天時は来  
ません。

## OTHER



10:00~14:00  
(15分1,000円)

長岡にじの森ろっこさんが、  
青空育児相談を行います。



泥んこあそびパーク  
たき火屋さん  
(マシュマロ一袋100円)



▼出店者およびイベント内容は変更になる場合があります。



10:00

森ヨガ



各  
F  
O  
O  
D

青くるおやじの子育て論

くるくるコンサート

森ヨガ

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

たき火屋さん  
泥んこあそびパーク  
動物ふれあい広場  
各BODYWORK  
各SHOP  
各WORKSHOP